

## الدليل الموجز لخطة السلامة

الخط الساخن للعنف العائلي

الهاتف النصي 1 800 562 6025

### خطط للمستقبل

- قم بإعداد خطة مع أطفالك
- رتب مكاناً للذهاب إليه
- قم بإنشاء نسخ من الأوراق الهامة ثم قم بإخفائها
- احصل على أرقام الهاتف الهامة المتوفرة
- قم بطبعه وإخفاء حقيقة للاستخدام خلال الليل
- ضع الأموال والمقاييس الاحتياطية جانباً

### أثناء حادثة

- اتصل للحصول على مساعدة (9-1-1)
- اخرج إن استطعت
- أحضر العناصر الهامة سالفة الذكر

## إذا كنت لا تستطيع ترك الموقف

- تفادي الغرف ذات المخرج الواحد
- تفادي المطبخ والحمام والمرأب
- اتصل للحصول على المساعدة

## في المنزل

- غير القفل وأمن الأبواب والنوافذ
- اطلب من أحد الأشخاص بالبقاء معك
- غير رقم الهاتف
- احصل على طلب حماية
- أخطر الأصدقاء والعائلة

## في منطقة العمل والمدرسة والأماكن العامة

- أخطر جهة العمل والمدارس والرعاية
- غير الروتين اليومي
- قم بإعداد خطط وقائية للاتصال غير المتوقع مع المسؤول عن الإساءة